



ホームページ(パソコン・スマホ)でも閲覧できます

<https://www.smtg-kenpo.or.jp>

三井住友トラスト健保

検 索



2025 **秋** 号 No.26

今年度の健診は
お済みですか？

一生付き合う、たったひとつの
体のチェックを
お忘れなく！

毎日のようにニュースで報じられる、
有名人の重大な病気の発覚。
それは決して他人事ではなく明日は我が身です。
きちんと年1回の健診を受けて
自分の健康状態を確認する習慣をつけましょう。

予約期間
2026年 **2月28日**※まで

受診期間
2026年 **3月31日**まで

※受診券の発行依頼も2月28日までに完了してください。

20歳～74歳

被保険者

被扶養者

任意継続被保険者・被扶養者

下記のいずれか **1つ** を選んで受診

人間ドック **A** コース

人間ドック **C** コース

人間ドック **A** コース

人間ドック **C** コース

一般健診 **A1** コース

人間ドック **A** コース

人間ドック **C** コース

一般健診 **A1** コース

特定健診・特定保健指導のコースにつきましては、
ホームページ「保健事業」内の「> 特定健診・特定保健指導」をご確認ください。

特定保健指導は最後まで受けて
生活習慣の改善を

特定保健指導では、初回面接で保健師等の専門家と生活習慣を見直し、目標と行動計画の作成をします。その後、継続的な支援を受けながら生活習慣の改善に取り組み、一定期間経過後に行動計画の達成状況を確認します。しかし、途中でやめてしまうとこれらの取組が無駄になってしまいます。特定保健指導を専門家のアドバイス等を受けられる貴重な機会と前向きに捉えていただき、ぜひ最後まで受けてください。

通知が届いた方はこの機会に
必ず受診しましょう

健診を受けないことが当たり前になっている被扶養者の方はいませんか？ 忙しいほど不規則な生活習慣になりやすいため、年1回の健診受診が健康管理の力になります。当健保組合の健診受診率をみると、特に被扶養者の方の受診率が低く、6割程度です。2年間健診を受けていない方および今年度の健診の予約がまだの方を対象として11月に通知をお送りしますので、受け取った方はこの機会にぜひ受診をお願いします。